

シニアプラザながしま 5月イベント一覧

日	月	火	水	木	金	土
	 午前10時～11時まで (9時40分受付開始) 午後15時～16時半まで (14時40分受付開始) みらいカフェ15時～16時半まで			1	2 健康ケア教室	3
				みらいケア	みらいケア	
				← みらいカフェ →		
4	5	6	7 姿整美体操	8 金曜 特別開催!	9 チェアヨガ	10
			みらいケア	みらいケア	みらいケア	みらいケア
			← みらいカフェ →			
11	12 植屋先生の 健康教室	13	14 姿整美体操	15	16 健康ケア教室	17
	みらいケア	みらいケア	みらいケア	みらいケア	みらいケア	みらいケア
	← みらいカフェ →					
18	19 チェアヨガ	20	21 姿整美体操	22	23 健康ケア教室	24
	みらいケア	みらいケア	みらいケア	みらいケア	みらいケア	みらいケア
	← みらいカフェ →					
25	26 植屋先生の 健康教室	27	28 姿整美体操	29	30 健康ケア教室	31
	みらいケア	みらいケア	みらいケア	みらいケア	みらいケア	メンテナンスの為 みらいケアお休み
	← みらいカフェ →					カフェ休み

詳細はお気軽にお問合せください。

(9:00～16:30)



0594-73-2110

回数券の返金・再発行は

できません